





Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №3 _____ (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Обед</i>						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/150	Плов из птицы	14	17	42	376	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	Итого за Обед	28	25	137	877	79-73
<i>Уплотненный полдник</i>						
190	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	6	6	31	203	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Уплотненный полдник	15	15	101	593	71-09
	Итого за день	43	40	238	1 470	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №3 Хафизов И.И. (Хафизов И.И.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
225	Д9 Каша вязкая молочная из перловой крупы с маслом сливочным	8	7	39	257	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	18	16	106	640	78-02
<u>Обед</u>						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Плов из птицы	15	18	48	415	
200	Компот из изюма (без сахара)	1		16	70	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
815	Итого за Обед	34	27	151	980	90-02
	Итого за день	52	43	257	1 620	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

Пальмина Л.И.
(Пальмина Л.И.)
Ахмадиева С.С.
(Ахмадиева С.С.)
Россомахина Е.С.
(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3 Хушб (Хафизов И.И.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
225	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	7	7	37	241	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	17	16	114	664	78-02
Обед						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Плов из птицы	15	18	48	415	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
805	Итого за Обед	33	27	158	1 000	90-02
	Итого за день	50	43	272	1 664	


Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)



Утверждаю:


Минязов Р.Н.

Меню


на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, Мл. 1 смена


Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
190	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	6	6	31	203	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	15	15	101	593	71-09
Обед						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/150	Плов из птицы	14	17	42	376	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
715	Итого за Обед	28	25	137	877	79-73
	Итого за день	43	40	238	1 470	


Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

 (Пальмина Л.И.)

 (Ахмадиева С.С.)

 (Россوماхина Е.С.)



Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №3 И.И. Хафизов (Хафизов И.И.)



Утверждаю:
Р.Н. Миниязов Миниязов Р.Н.

Меню

на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, Ст. 2 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Обед</u>						
300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Плов из птицы	15	18	48	415	
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
805	Итого за Обед	33	27	158	1 000	90-02
<u>Уплотненный полдник</u>						
225	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	7	7	37	241	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Уплотненный полдник	17	16	114	664	78-02
	Итого за день	50	43	272	1 664	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Пальмина Л.И.)

(Ахмадиева С.С.)

(Россомахина Е.С.)

Согласовано:
 Директор МОАУ СОШ №3  (Хафизов И.И.)



Утверждаю:



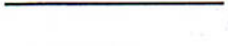
Миниязов Р.Н.

Меню

на 21.01.2025, МОАУ СОШ №3, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	14-76
225	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	7	7	37	241	25-96
80/200	Плов из птицы	29	31	56	620	62-68
80/30	Тефтели рыбные в томатном соусе	11	10	13	185	22-80
200	Рис отварной	5	5	53	281	23-52
200	Чай с лимоном			10	42	5-46
200	Чай с сахаром			10	40	2-82
200	Чай с молоком	1	2	12	70	9-75
200	Компот из изюма витаминизированный (витамин С)			24	100	9-13
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	4-86
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	4-69
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	3-66
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	8-10
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	51-56
100	Шанежка наливная	8	9	50	307	24-22
100	Булочка "Российская"	8	11	61	371	12-64
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	32-74
30	Мармелад жележный	2		22	93	15-01
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
44	Печенье сахарное Посольское	3	7	31	202	21-93
24	Печенье сахарное Земляничное	2	4	16	108	11-05
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
120	Фреш Стаканчик "Витаминчик"	1		19	54	37-66
120	Фреш Стаканчик "Сочная компания"	1		18	52	41-14
65	Мороженное пломбир ванильное	2	10	13	151	43-93
3 393	Итого за Буфет	155	202	773	5 194	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

 (Пальмина Л.И.)
 (Ахмадиева С.С.)
 (Россوماхина Е.С.)